

Marcin Jaroszewski
psycholog, psychoterapeuta
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 3 w Olsztynie

Zdrowie psychiczne w szkole – medal dwustronny

Zagadnienie zdrowia psychicznego nie jest w oświacie tematem nowym. Na gruncie wychowawczo-edukacyjnej funkcji szkoły formułowane jest w postaci zadania wychowawczego rozumianego jako wspieranie dziecka w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej (Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe). Realizowane praktycznie w ramach edukacji zdrowotnej, programach wychowawczo-profilaktycznych; stanowi element wdrażanych w szkołach przedsięwzięć zabezpieczających stan zdrowia mieszkańców Polski (Narodowy Program Zdrowia na lata 2016-2020, Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017–2022). Najczęściej jednak temat zdrowia psychicznego podejmowany jest jako dotyczący uczniów – dzieci i młodzieży. To właśnie dominująca część tytułowego dwustronnego medalu. Stroną drugą, zazwyczaj pozostającą w cieniu, jest kondycja samych nauczycieli. Kompletnie i jednoczesne uwzględnienie obu wymiarów – uczniowskiego i nauczycielskiego, wydaje się być podstawą realnych i skutecznych działań profilaktycznych realizowanych w środowisku szkolnym. Nie przypadkowo Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) w rekomendacjach działań profilaktyki nieadaptacyjnych i autodestrukcyjnych zachowań uczniowskich wskazuje na konieczność wzmacniania zdrowia psychicznego samych nauczycieli.

Przy licznych badaniach dotyczących kondycji psychicznej pracowników oświaty dotychczasowe perspektywa i ustalenia zogniskowane są w dominującej części na problemie obciążeń wynikających z charakteru wykonywanego zawodu – w wymiarze ogólnym, jako profesji pomocowej (*helping profession*) i swoistym dla polskiej szkoły. Syndrom wypalenia zawodowego nie wyczerpuje jednak całego spektrum trudności natury psychologicznej, z którymi borykać się mogą nauczyciele. O ich istnieniu wnioskować można na podstawie ustaleń badania EZOP Polska: Rozpowszechnienie wybranych zaburzeń psychicznych w populacji dorosłych Polaków. Uwzględnienie klinicznej perspektywy zdrowia psychicznego nauczycieli oraz efektywności uzyskiwania pomocy w tym zakresie jest warunkiem koniecznym, stojący za skutecznością oddziaływań wychowawczych, profilaktycznych oraz interwencji w sytuacji identyfikowania doświadczania przez ucznia kryzysu psychologicznego. Stąd proponowane, jako podsumowanie podejmowanej problematyki, rekomendacje obejmujące propozycje indywidualnych (dotyczących samego

nauczyciela) i systemowych (dotyczących szkoły jako instytucji) działań zabezpieczających kondycję psychiczną nauczyciela – osoby stanowiącej w istotny sposób o kondycji psychicznej ucznia.